

Gefeliciteerd!

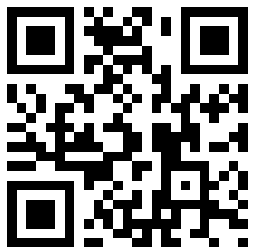
1^e nacht thuis

Instructies

Wij helpen jou op weg!

Op de volgende pagina vind je belangrijke instructies voor het doorkomen van de 1^e nacht.

(Klik op de pijl)



[Tip: check jouw Babybalance account voor meer info.](#)

← Scan óf klik op de QR-code voor de site van Babybalance!

(Account-gegevens bij inschrijving kraamzorg ontvangen.)





 [Start](#)

Instructies – 1e nacht

Bij vragen die niet tot de volgende morgen kunnen wachten, mag je altijd de verloskundige bellen!



Klik op betreffend onderwerp in bovenstaande balk voor meer info en advies.





Instructies – 1e nacht

Bij vragen die niet tot de volgende morgen kunnen wachten, mag je altijd de verloskundige bellen!

Moeder

Baby

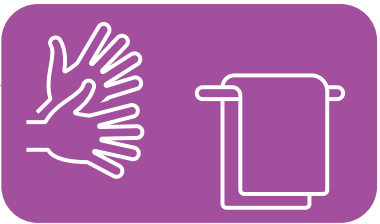
Voeding

Bedje/Kruiken

Temperatuur

Verschonon

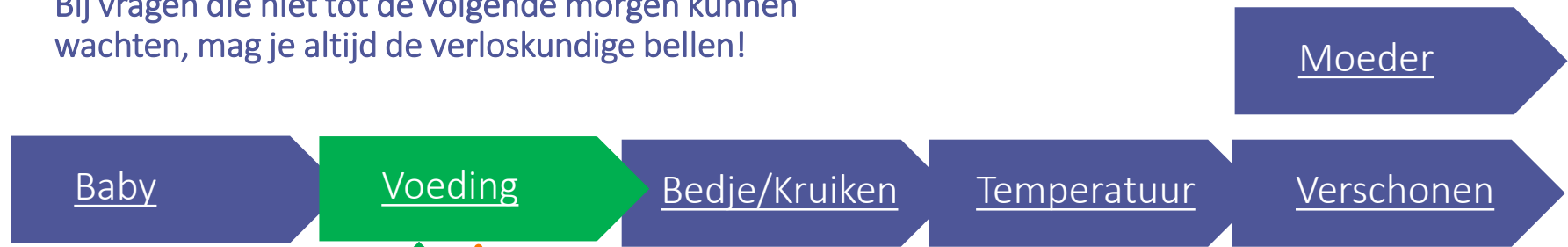
Handen wassen voor iedere voeding en na iedere verschoning





Instructies – 1e nacht

Bij vragen die niet tot de volgende morgen kunnen wachten, mag je altijd de verloskundige bellen!



Borstvoeding

- Iedere 2 à 3 uur aanleggen.
- Aanleggen om en om (links/rechts) aan borst. Borst waarmee je geïndigd bent, daar begin je de volgende voeding mee.
- Borstvoeding mag geen pijn doen! Doet het pijn? Dan heeft de baby de tepel niet goed in de mond.



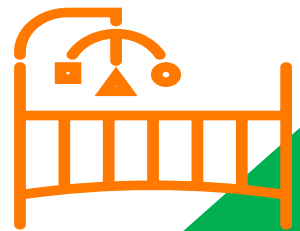
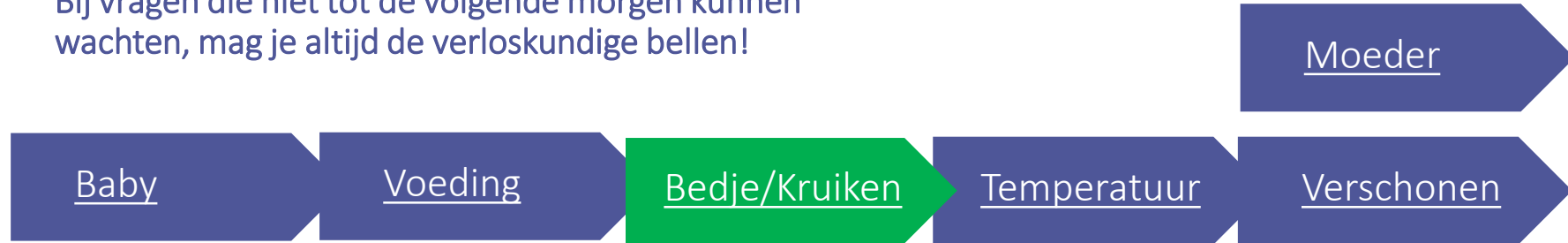
Kunstvoeding

- 1 afgestreken schepje kunstvoeding (poeder) op 30 cc handwarm water ($\pm 37^{\circ}\text{C}$).
- Water afmeten in de fles.
- Water warm maken middels au-bain-marie, flessenwarmer of gekookt water mengen met koud water.
- Altijd controleren of de voeding niet te warm is. Dit doe je door op de binnenkant van de pols een druppel voeding uit de fles te laten vallen.
- De baby mag om de 3 uur 10 tot 20 cc drinken.



Instructies – 1e nacht

Bij vragen die niet tot de volgende morgen kunnen wachten, mag je altijd de verloskundige bellen!



Bedje

- Leg nooit een zeiltje in het bedje van de baby.
- Haal Aerosleep (topper) uit het bedje, zolang er kruiken worden gebruikt.



- Gebruik lakentje en dekentje om bedje op te maken.
- Bedje kort opdekken: voetjes baby raken achterkant van bedje net niet, hydrofiel luier onder hoofdje baby, dubbelgevouwen dekentje wat tot kin baby komt.



- Baby ligt op rug in bed, hoofdje na elke voeding draaien.



Kruiken

Vul een kruik nooit met kokend water zonder toezicht van een professional.

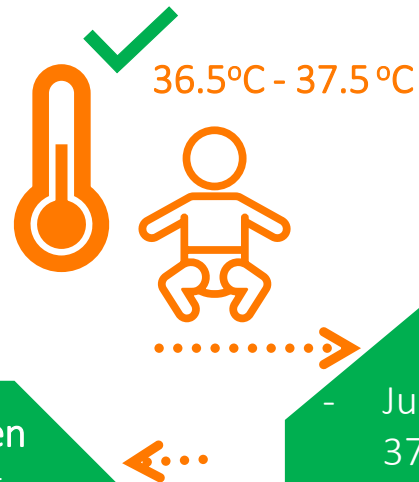
Zie instructie op Babybalance. (Scan of klik op bovenstaande QR-code.)





Instructies – 1e nacht

Bij vragen die niet tot de volgende morgen kunnen wachten, mag je altijd de verloskundige bellen!



Evt. Baby opwarmen met bloot op bloot. Baby tot op luier uitkleden, mutsje op houden. Bloot op ontbloot bovenlichaam van één van de ouders leggen, dekbed of deken over de baby leggen.

- Juiste temperatuur van de baby ligt tussen de 36.5°C en 37.5 °C.
- Baby bij iedere voeding temperaturen.
 - o Temperatuur tussen 36.5 °C en 37.2 °C → mutsje op en kruik erbij.
 - o Temperatuur boven de 37.2 °C → mutsje ophouden, kruik uit bed.
 - o Temperatuur onder de 36.5 °C en boven de 37.5 °C → verloskundige raadplegen!



Instructies – 1e nacht

Bij vragen die niet tot de volgende morgen kunnen wachten, mag je altijd de verloskundige bellen!



Bijzonderheden bij verschonen:

- Zwarte, 1e, ontlasting baby is lastig te verwijderen. Tip! Smeer na het schoonmaken van billen zalf/vaseline op billen van de baby.
- Urine van baby kan oranje/rood verkleurd zijn, dit zijn uraten. Bij twijfel mag je de luier bewaren.
- Bij meisjes kan er slijm uit vagina komen. Evt. samen met bloed, dit heet pre-menstruatie en kan geen kwaad.



←- Baby iedere voeding verschonen.



←- Graag temperatuur baby, voedingstijden en plas- & poepluiers noteren in [bijgeleverde tabel](#).

←- Bijzonderheden bij verschonen.



Instructies – 1e nacht

Bij vragen die niet tot de volgende morgen kunnen wachten, mag je altijd de verloskundige bellen!



- Graag 1^e avond/nacht niet alleen naar toilet/badkamer, je kunt door vermoeidheid en bloedverlies duizelig worden.
- Voor iedere voeding gaan plassen + naspelen met water.
- Je moet binnen **4 tot 6 uur**, na geboorte van de placenta geplast hebben.
- Je kunt stolsels/bloedproppen verliezen, zelfs tot vuistgrootte. Verlies je **meer dan 2 grote stolsels**? Dan de verloskundige bellen!
- Bij veel bloedverlies, kraamverband **binnen half uur** doordrenkt → verloskundige bellen!



Start

Instructies – 1e nacht

Bij vragen die niet tot de volgende morgen kunnen wachten, mag je altijd de verloskundige bellen!

Moeder

Baby

Voeding

Bedje/Kruiken

Temperatuur

Verschonen



Instructie:
Dit schema vind je in jouw zorgplan, hier kun je alle info overzichtelijk noteren voor de kraamverzorgende.

Tip! Je kunt ook altijd de gebruikte luiers bewaren.

Tijdstip	Geëindigd met	Aantal cc gekolfd	Aantal cc bijvoeding	Aantal cc kunstvoeding	Urine	Ontlasting	Temp.	Opmerkingen
	<input type="checkbox"/> Links <input type="checkbox"/> Rechts				<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee		
	<input type="checkbox"/> Links <input type="checkbox"/> Rechts				<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee		
	<input type="checkbox"/> Links <input type="checkbox"/> Rechts				<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee		
	<input type="checkbox"/> Links <input type="checkbox"/> Rechts				<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee		
	<input type="checkbox"/> Links <input type="checkbox"/> Rechts				<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee		
	<input type="checkbox"/> Links <input type="checkbox"/> Rechts				<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee		